

dementen Freunde und Mitbewohner in ihrer manchmal „verrückten“ Welt abzuholen. 11

Dabei kommt es nicht darauf an, perfekt zu sein, sondern ein „Händchen zu entwickeln“, was so viel bedeutet wie: einfühlsam und respektvoll, manchmal auch ganz spontan auf die Bedürfnisse des Einzelnen einzugehen und gegenseitiges Vertrauen aufzubauen, eine Gemeinschaft zu entwickeln.

Kennen Sie den Begriff „blindes Verstehen“? Oftmals kommt er mir bei der Betreuung schwer Demenzkranker in den Sinn. Wahrscheinlich werden wir den Verlauf der Krankheit auch mit all unseren Bemühungen nicht aufhalten können, aber durch kontinuierliches Arbeiten vielleicht Zeit gewinnen. Zeit, die unsere Schützlinge brauchen, eventuell verdeckte, alte Gefühle und Ereignisse aufzuarbeiten und auch mit sich selbst ins Reine zu kommen.

Das Ziel ist, in jeder Phase der Demenz eine befriedigende Kommunikation aufzubauen, sei sie auch später nonverbal und durch sanfte Berührungen ersetzt. Mit der Bereitschaft, die Realität Demenzkranker in jeder Phase ihrer Befindlichkeit anzunehmen, geben wir ihnen die Möglichkeit, bis zuletzt in Würde und Integrität zu leben, was, nach Naomi Feil, das erstrebenswerte Ziel unserer Arbeit sein sollte. Auf dem Weg dahin gibt es noch viel Schönes und Bemerkenswertes zu erleben, arbeiten wir daran!

Die einzelnen Kapitel dieses Buches sind in der Regel nach der mittleren Phase der Demenz ausgerichtet, oftmals mangelhaft orientierte oder zeitverwirrte Teilnehmer Ihrer Gruppe werden sich noch sehr gut der alten Begriffe, Redewendungen und Lieder erinnern. Die meisten Aktivitäten können sie noch eigenständig durchführen, oder sie bedürfen einer geringen Anleitung. Sehen Sie die Wortsammlungen und Redewendungen nicht unbedingt als Anreiz, diese zu suchen und zu sammeln, sondern vielmehr als Hilfestellung, persönliche Themen daraus zu entwickeln und immer wieder neue Gesprächsaufhänger zu schaffen, auch Aktivitäten daraus zu entwickeln. Mancher Spruch ist vielleicht regional nicht so bekannt? Vielleicht erinnert sich jemand aus Ihrer dementen Gruppe an die Bedeutung. Lassen Sie sich den Sinn der Volksweisheit, vielleicht auch den Hintergrund erklären – es steigert das Selbstwertgefühl Ihrer „Patienten“ und hat ein großes Lob verdient!

Innerhalb der Einführung zu jedem Kapitel finden Sie Hinweise zum Umgang mit Demenzerkrankten in der Spätphase. Beziehen Sie die alten Menschen auch dann weitmöglichst in den gemeinsamen Kreis ein, sie werden es genießen.

12 „Fördern, ohne zu überfordern“ ist der „rote Faden“ dieses Buches, begleitet von meinem persönlichen großen Wunsch, dass Demenzerkrankungen eines Tages wirksam behandelt werden können.

So ist dieses Buch ganz langsam entstanden, in vielen geselligen, lustigen, lehrreichen Stunden. Im Grunde genommen ist die Autorenliste sehr, sehr lang.

Dafür bedanke ich mich ganz herzlich, bei den Bewohnern der Seniorenresidenz, meinem Lebensgefährten, meinen Kindern und bei allen, die ihren Beitrag in einer Redewendung oder den Wortsammlungen wiederfinden.

Heute stelle ich es gerne all jenen zur Verfügung, die Freude an der Senioren- und Demenzarbeit haben und den Sinn ihrer Arbeit mit älteren Menschen darin sehen, aufbauend auf dem reichen Erfahrungsschatz der Senioren, Erinnerungen zu wecken, wertschätzende Anregungen zu geben und ergebnisorientiert zu arbeiten.

Es freut mich, wenn professionelles Pflegepersonal den eigenen Rhythmus einmal überdenkt und Anregungen findet, die Lebensqualität Demenzerkrankter zu verbessern und in einer entspannten Atmosphäre kritische Situationen zu entschärfen.

Sozialen Betreuern und aktiven Ehrenamtlichen wünsche ich, dass sie einen effektiven Weg finden, Demenzkranke auf spielerische Art und Weise zu motivieren und den alten Menschen würdevoll – unter Berücksichtigung des persönlichen Befindens – ein Gefühl der Zugehörigkeit und Wertschätzung zu vermitteln.

Für die „Pflege daheim“ habe ich geeignete Anregungen zur Verbesserung des Wohnumfelds und des täglichen Umgangs mit Demenzkranken erarbeitet, die ein selbständiges, eigenverantwortliches Leben erleichtern und verlängern, aber auch den eventuellen Einzug in ein Pflegeheim freundlicher gestalten können.

Ich wünsche Ihnen in Ihren Gruppenstunden und Ihrer täglichen Arbeit viele beglückende Momente – gehen wir gemeinsam auf „Wurzelsuche“!

Düren, im Juli 2008
Monika Paillon



Unter vier Augen: Vorbereitungen

Natürlich muss ich Ihnen, wenn Sie Erfahrungen in der Gruppenarbeit haben, nichts erklären, anderen erzähle ich gerne von meinen Erfahrungen:

Es bedarf einiger Vorbereitung, den richtigen Rahmen zu schaffen, in dem sich die Senioren, je nach persönlicher Befindlichkeit oder Krankheitsgeschichte, wohl fühlen und gerne auf eine gemeinsame Gruppenaktivität einlassen. Der Raum wird vorbereitet, bei Bedarf beheizt, die Sitzmöbel werden nach Möglichkeit zum Kreis gestellt. Auch die richtige Beleuchtung ist wichtig, was für mich gemütliches Licht bedeutet, ist für die Senioren zu dunkel – schließlich erzählen wir ja keine „Gute-Nacht-Geschichten“. Natürlich stört grelles Neonlicht den Rahmen: Ist es zu hell, wird womöglich eine gewisse Anspannung erzeugt, die es zu vermeiden gilt. Bloß keine Prüfungssituation, niemand soll den Eindruck haben, er müsse sich mit den anderen messen – könnte womöglich versagen. In unserer Gruppe gibt es nur Gewinner, ich stelle fest, dass sich die Teilnehmer nach einiger Zeit sogar über kleine und große Erfolge ihrer „Kollegen“ freuen können.

Da ich meinen Sitzplatz ebenfalls in den Kreis integriere, kann ich einen themenbezogenen Mittelpunkt schaffen. Mit ein wenig Fantasie bestücke ich vor der Stunde meinen Korb, bringe farbige Tücher, Kerzen, Pflanzen, Dekomaterial, Haushaltskleingeräte, Muscheln – alles, was zum Thema passt – mit. Schon wenn ich mit meinem Korb durchs Haus gehe, um unsere Bewohner einzuladen oder, vornehmlich Demenzkranke, zu erinnern, sind sie neugierig auf den Inhalt und freuen sich auf die gemeinsame Stunde.

Auf einem niedrigen Tisch, manchmal auch auf dem Fußboden, breite ich meine Schätze aus. Während wir gemeinsam bei einer entspannenden, leisen Hintergrundmusik abwarten, bis sich der Raum gefüllt hat und alle Teilnehmer anwesend sind, ist es eine Freude, zu beobachten, welches Interesse meine kleinen Schätze erregen – und zu ersten Gesprächen mit dem Nachbarn anregen. Wenn ich genau zuhöre, kann ich einige dieser Gespräche gleich

14 aufgreifen, denn oft brauche ich kein Stichwort zu geben, die einleitende Gesprächsrunde gestaltet sich selbständig.

Natürlich gibt es auch immer wieder „stille Vertreter“, die ich erst durch gezielte persönliche Anrede zum Mitmachen animieren kann – aber man kennt ja seine „Pappenheimer“, und vornehmlich Demenzkranke brauchen oft einen kleinen Denkanstoß und die Gewissheit, dass wir auch an ihrer Person und Meinung interessiert sind, sie sind gleichberechtigte und wichtige Partner.

Die gemeinsame Stunde beginnt meist mit kleinen persönlichen Geschichten, im Themenbereich finden Sie einleitende Fragen oder Beispiele zum Einstieg. Die anschließende Suche nach entsprechenden Redewendungen und Wortsammlungen verbinde ich manchmal mit einem Spiel, denn nach Zuwerfen eines Balls kann ich gezielt bestimmen, wer antworten soll. Mit einem kleinen Noppenball wird gleichzeitig die Durchblutung der Hände angeregt, einen Schaumstoffball kann der Teilnehmer kneten, bevor er antwortet. So schaffen wir auch für demente Bewohner die nötige Zeit zum Nachzudenken.

Wenn ich weiß, heute wird es etwas schwieriger, verteile ich vor den Fragen Buchstabenkärtchen und gehe reihum vor. Die Bewohner können ihre Antworten vorbereiten (z. B. „Wir reisen nach: Amerika/Brasilien/Chile/Dänemark ...“). Mit dieser Methode kann man auch ein wenig schummeln oder die Buchstaben gezielt verteilen, und da wir ja Freude, Spaß und Erfolg haben wollen, interessiert es niemanden, dass es oft gar kein Q, X oder Y im Antwortkästchen gibt, aber so einige doppelte Konsonanten. Da meine Karten eine Größe von 10 x 10 cm haben, kann das Argument „Brille vergessen“ erst gar nicht greifen.

Wichtig ist, dass jeder für jeden da ist, helfend und lobend, denn schließlich arbeiten wir als Gruppe, nicht als Einzelkämpfer! Wenn die Stunde Spaß macht, jeder sich angenommen und zufrieden fühlt, kommen im Miteinander negative Gedanken erst gar nicht auf, Alltagsprobleme werden beiseitegeschoben, und sogar körperliche Missempfindungen treten für eine Weile in den Hintergrund. Und wie freue ich mich, wenn mir am nächsten Tag ein Teilnehmer auf dem Flur begegnet und ganz aufgeregt sagt: „Mir ist da noch etwas eingefallen ...“

Zum Ende der Stunde werden themenbezogene Lieder gesungen, natürlich sollen diese erst einmal erraten werden. Leider spiele ich kein Instrument, um sie anzustimmen, aber Vorsummen genügt auch, was mich aufgrund meiner (un)musikalischen Veranlagung